

**HUBUNGAN PERILAKU KONSUMSI DAN STATUS GIZI ANAK  
SEKOLAH DASAR DI KOTA SERANG**



**UNIVERSITAS TERBUKA**

Oleh :

Marhamah (ketua)  
(marhamah@ut.ac.id)  
Abzeni (anggota)  
Rakhmini Juwita (anggota)

Jurusan Biologi/ Fakultas MIPA  
UNIVERSITAS TERBUKA  
2011

**Halaman Pengesahan  
Laporan Penelitian Bidang Keilmuan**

**Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat**

1. a. Judul penelitian : Hubungan Perilaku Makan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Kota Serang
- b. Bidang penelitian : Keilmuan
- c. Klasifikasi : Penelitian Madya
2. Ketua peneliti :
  - a. Nama lengkap & gelar : Marhamah, S.TP., M.Si
  - b. NIP : 197612102008122002
  - c. Golongan kepangkatan : III / b
  - d. Jabatan akademik fakultas dan unit kerja : Staf Akademik / FMIPA Biologi
  - e. Program Studi : Ilmu dan Teknologi Pangan
3. Anggota Peneliti :
  - a. Jumlah anggota : 2 (dua) orang
  - b. Nama anggota dan unit kerja : Abzeni (Staf Edukatif FMIPA) dan Rakhmini Juwita (Staf Edukatif FEKON)
  - c. Program Studi : FMIPA dan FEKON
4. a. Periode penelitian : Juli – Desember 2011
- b. Waktu : 6 (enam) bulan
5. Biaya penelitian : Rp. 19.920.000,-
6. Sumber biaya : Penelitian UT

Serang, 12 Januari 2011

Ketua Peneliti,

Marhamah, S.TP., M.Si  
NIP. 197612102008122002

Menyetujui,  
Kepala Pusat Keilmuan

Endang Nugraheni  
NIP. 19570422 198503 2 001

Mengetahui  
Kepala PBJJ UT Serang

Drs. Abzeni, MA  
NIP. 19550614 198703 1 001

Menyetujui,  
Ketua LPPM

Agus Joko Purwanto  
NIP. 19660508 199203 1 003

# HUBUNGAN PERILAKU KONSUMSI DAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR DI KOTA SERANG

Marhamah, Abzeni, Juwita

**ABSTRACT.** Anak usia sekolah dasar merupakan asset negara yang sangat penting sebagai sumberdaya manusia bagi keberhasilan pembangunan bangsa. Anak yang menderita gizi kurang yang kronis memiliki IQ lebih rendah dibandingkan anak yang tidak mengalami masalah gizi. Perkembangan masalah gizi saat ini tidak hanya pada masalah gizi kurang, tetapi bertambah dengan meningkatnya prevalensi gizi lebih berupa overweight dan obesitas pada anak sekolah. Gizi lebih membawa anak kepada risiko penyakit degeneratif. Kebiasaan jajan makanan dan minuman yang berenergi tinggi namun kekurangan zat gizi lainnya menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara perilaku konsumsi terhadap status gizi anak sekolah dasar di Kota Serang. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner, mencakup data kebiasaan konsumsi pangan utama dan makanan serta minuman jajanan, pengukuran antropometri dan status gizi anak SD. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan siswa sarapan sebelum berangkat ke sekolah memiliki hubungan positif yang sangat nyata terhadap status gizinya, dengan  $r = 0.263^{**}$ . Frekuensi makan, minum, minum susu, konsumsi sari buah dan frekuensi jajan tidak menunjukkan korelasi positif terhadap status gizi siswa. Hasil analisis regresi terhadap perilaku konsumsi yang memiliki keeratan yang kuat dengan status gizi juga menunjukkan hasil yang sejalan, bahwa semakin sering siswa sarapan setiap minggunya, maka status gizinya juga lebih baik. Hasil penelitian ini merekomendasikan bahwa siswa sekolah dasar harus senantiasa diingatkan akan manfaat sarapan bagi status gizi mereka, disamping juga mengawasi jenis jajanan yang biasa dikonsumsi untuk menghindari risiko kelebihan berat badan (overweight dan obesitas).

*Keywords : perilaku konsumsi, status gizi, siswa SD, Kota Serang*



## RINGKASAN

Marhamah, Abzeni dan Juwita. *Hubungan Perilaku Konsumsi dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Kota Serang*. UPBJJ-UT Serang, 2011.

Penelitian dilakukan dengan menggunakan desain *cross-sectional*, terdiri atas 100 orang siswa SD di Kota Serang, 55 laki-laki dan 45 perempuan, 32% kelas IV dan 34% untuk masing-masing kelas V dan VI. Pengumpulan data dilakukan bulan September - November 2011. Lokasi dipilih secara purposif, mengikuti arahan dari UPT Dinas Pendidikan Kota Serang. Data yang dikumpulkan mencakup data primer dan data sekunder. Perilaku konsumsi secara umum diukur dengan mengamati akses siswa terhadap makanan dan minuman jajanan, dan pengamatan terutama ditujukan terhadap frekuensi makan (kali/hari), frekuensi sarapan ((kali/minggu), frekuensi minum (gelas/hari), frekuensi minum susu (kali/minggu), frekuensi sari buah (kali/minggu), frekuensi jajan (kali/hari). Hasil pengamatan terhadap semua komponen perilaku konsumsi tersebut kemudian diakumulasi dan dianalisis keterkaitannya terhadap status gizi siswa. Status gizi diukur menggunakan perangkat yang dikembangkan oleh WHO, yaitu AnthroPlus 2007.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa perilaku konsumsi pangan siswa rata-rata lebih baik dibandingkan dengan siswa laki-laki. Namun, dalam hal akses terhadap makanan jajanan ataupun minuman jajanan, siswa laki-laki lebih besar uang jajannya dibandingkan dengan siswa perempuan. Status gizi dengan menggunakan IMT/U sebagai indikatornya menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SD di Kota Serang masuk dalam kategori status gizi normal, tetapi persentase siswa yang berada pada wilayah gizi lebih yang ditandai dengan kelebihan berat badan (*overweight*) dan obesitas lebih besar dibandingkan dengan siswa yang berstatus gizi kurus dan sangat kurus. Perilaku konsumsi yang berhubungan positif sangat nyata dengan status gizi siswa adalah kebiasaan sarapan setiap hari. Hasil analisis regresi linier menunjukkan dari semua peubah yang dianalisis keterkaitannya dengan status gizi siswa, kebiasaan sarapan setiap pagi berhubungan erat dan menentukan status gizi anak SD dengan nilai  $r=0.31$ , artinya sekitar 31% status gizi anak sekolah ditentukan oleh kebiasaan mereka sarapan setiap hari, dan sisanya ditentukan oleh faktor lainnya.

Hasil penelitian merekomendasikan agar setiap siswa diingatkan agar selalu sarapan di rumah sebelum berangkat ke sekolah, karena dengan sarapan, asupan zat gizi dan energi untuk beraktifitas dan menuntut ilmu bisa berjalan optimal.

Kata kunci : *perilaku konsumsi, siswa SD, status gizi, Kota Serang*

## PRAKATA

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya akhirnya penelitian dengan judul “ Hubungan Perilaku Konsumsi dengan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Kota Serang” ini selesai dilaksanakan. Laporan penelitian ini disusun sebagai kumpulan dari data dan hasil yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan penelitian tersebut, sekaligus merupakan bentuk pertanggungjawaban terhadap terlaksananya kegiatan penelitian.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada LPPM Universitas Terbuka karena telah mendanai pelaksanaan penelitian ini. Kami berharap hasil penelitian yang kami lakukan berkontribusi positif terhadap perkembangan ilmu pendidikan dan menjadi informasi bermanfaat bagi kita semua.

Kami juga mengucapkan terima kasih kepada Kepala Dinas Pendidikan Kota Serang yang telah membantu dan mengarahkan kami pada saat akan melaksanakan penelitian ini; kepada kepala Sekolah SD Bhayangkari dan SD Sempu I di Kota Serang, yang telah bersedia menerima dan mengizinkan kami untuk melaksanakan kegiatan penelitian di sekolah yang Ibu-ibu pimpin. Kepada para siswa dan guru, kami mengucapkan terima kasih atas kerjasamanya selama kegiatan pengumpulan data di lapang.

Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada adik-adik mahasiswa yang telah membantu dalam hal pengumpulan data, melakukan wawancara dan pengukuran antropometri terhadap siswa SD dimana penelitian ini dilakukan.

Akhir kata, kami berharap tulisan ini bermanfaat.

Serang, Desember 2011

Penulis



## DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL .....	iii
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN .....	vii
PENDAHULUAN .....	1
Latar Belakang.....	1
Perumusan masalah .....	2
Tujuan .....	3
Manfaat .....	3
TINJAUAN PUSTAKA .....	5
Penilaian status gizi .....	6
Survei konsumsi .....	7
METODOLOGI.....	9
Desain, lokasi dan waktu pelaksanaan.....	9
Teknik Penarikan Contoh .....	9
Jenis dan cara Pengumpulan Data .....	10
Pengolahan data dan analisis statistik .....	11
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	31
Karakteristik siswa dan keluarga .....	12
Perilaku konsumsi pangan.....	14
Tingkat kesukaan siswa terhadap makana dan minuman jajanan .....	16
Status gizi .....	18
KESIMPULAN DAN SARAN .....	21
Kesimpulan .....	21
Saran .....	21
DAFTAR PUSTAKA .....	22

## DAFTAR TABEL

		<b>Halaman</b>
1	Karakteristik siswa menurut jenis kelamin dan kelas .....	12
2	Sebaran siswa berdasarkan besar uang saku dan uang jajan .....	12
3	Sebaran siswa berdasarkan kegiatan sepulang sekolah .....	13
4	Sebaran pekerjaan orang tua siswa .....	14
5	Sebaran siswa menurut kebiasaan konsumsi pangan .....	15
6	Sebaran siswa menurut kebiasaan membawa makanan dan minuman ke sekolah .....	15
7	Sebaran siswa berdasarkan jenis makanan dan minuman yang biasa dibawa ke sekolah.....	16
8	Sebaran siswa berdasarkan kesukaan terhadap makanan jajanan hasil olahan industri pangan .....	17
9	Sebaran siswa berdasarkan kesukaan terhadap minuman jajanan .....	17
10	Sebaran siswa berdasarkan hasil pengukuran antropometri .....	18
11	Sebaran siswa berdasarkan pengelompokan status gizi .....	18
12	Hubungan perilaku konsumsi siswa dengan status gizi .....	19
13	Analisis regresi linier berganda terhadap komponen perilaku konsumsi yang memberikan pengaruh terhadap status gizi siswa .....	19

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Pangan merupakan kebutuhan dasar manusia. Apabila konsumsi pangan tidak cukup dalam jumlah dan mutu maka akan menyebabkan gizi kurang bahkan gizi buruk. Gizi kurang dan gizi buruk akan menyebabkan daya tahan tubuh rendah, mudah sakit, produktifitas rendah, tumbuh kembang otak tidak optimal, dan potensi pendidikan rendah. Kondisi ini menyebabkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Indonesia menurun yang dicirikan dengan menurunnya harapan hidup, pendapatan perkapita dan tingkat melek huruf menurun (Dahrul Syah 2008).

Pendidikan memegang peranan penting dalam hal peningkatan sumber daya masyarakat. Semakin lama rata-rata tahun pendidikan satu negara, akan semakin tinggi kualitas SDM. Faktor gizi dan kesehatan anak sekolah menjadi faktor penentu keberhasilan pendidikan anak sekolah (Mukhtadi 2008).

Salah satu indikator untuk mengukur keberhasilan suatu bangsa dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusianya, digunakan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) atau *Human Development Index* (HDI). Pada tahun 2004, Indonesia menempati peringkat 111 dari 117 negara (UNDP 2004). Rendahnya IPM ini dipengaruhi oleh rendahnya status gizi dan kesehatan penduduk Indonesia (Hadi 2005).

Anak sekolah dasar (SD) merupakan aset negara yang sangat penting. Kelompok usia ini lebih tahan gizi dibandingkan balita karena lebih mudah dijangkau oleh berbagai program perbaikan gizi. Krisis ekonomi yang masih terus berlangsung sampai saat ini memberikan dampak terhadap keseimbangan dan stabilitas sosial-ekonomi, daya beli masyarakat termasuk daya beli makanan, pelayanan kesehatan, obat-obatan dan daya beli pendidikan serta ketersediaan bahan pangan dan kebutuhan hidup lainnya. Di tingkat keluarga, penurunan daya beli menurunkan kualitas dan kuantitas konsumsi makanan dan akses pelayanan kesehatan.

Anak yang menderita gizi kurang yang berat memiliki IQ yang lebih rendah dibandingkan anak yang tidak mengalami masalah gizi. Lebih dari 36.1% anak usia



sekolah termasuk pendek saat masuk sekolah (Seafast 2008). Tinggi badan merupakan gambaran kondisi gizi yang bersifat kronis, artinya saat anak-anak ternyata pendek menurut umur, artinya anak tersebut telah mengalami kurang gizi dalam rentang masa sebelumnya. Prevalensi siswa yang pendek semakin meningkat dengan bertambahnya umur, dan kondisi ini terjadi pada anak laki-laki dan perempuan secara bersamaan (Depkes 2004).

Konsumsi pangan dan gizi memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap status gizi dan kesehatan siswa. Makanan berpengaruh terhadap perkembangan otak. Kekurangan makanan yang mengandung zat gizi yang dibutuhkan dalam periode yang berkepanjangan dapat membawa pengaruh yang tidak baik terhadap pertumbuhan anak, dan dapat mengakibatkan perubahan metabolisme otak. Dengan demikian, kemampuan dan fungsi otak menjadi tidak maksimal. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan fisik terganggu, badan menjadi lebih kecil dan diikuti pula dengan mengecilnya ukuran otak. Keadaan ini akan membawa pengaruh buruk terhadap perkembangan kecerdasan anak (Anwar 2008).

Anak usia sekolah merupakan aset penting sebagai penerus bangsa. Perhatian yang seksama terhadap kelompok ini akan memberi pengaruh baik terhadap upaya peningkatan kualitas sumberdaya manusia. Kelalaian dan kekuranghati-hatian dalam menangani dan memenuhi kebutuhan gizi siswa sekolah dasar akan membawa dampak berkelanjutan pada masa tumbuh kembang di periode berikutnya dalam tahap kehidupan mereka.

### **Perumusan Masalah**

Kualitas sumber daya manusia dipengaruhi oleh status gizi dan kesehatan serta pengetahuan/pendidikan. Status gizi dan kesehatan dipengaruhi oleh banyak hal, salah satunya faktor konsumsi pangan yang diukur berdasarkan jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi. Anak sekolah membutuhkan asupan pangan yang cukup dan berkualitas untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan pada akhirnya mampu mempertahankan status kesehatan dan memberi dampak positif terhadap angka partisipasi dan prestasi belajar.

Perumusan masalah penelitian ini adalah :

1. Jenis makanan apa yang paling diminati siswa sekolah dasar di kota Serang dan seberapa sering mereka mengonsumsinya
2. perilaku konsumsi siswa sekolah dasar yang diukur berdasarkan kebiasaan-kebiasaan mereka dalam memilih dan mengkonsumsi jenis pangan baik makanan utama maupun makanan jajanan.
3. Keterkaitan antara perilaku konsumsi siswa terhadap status gizinya

## **Tujuan**

### **Tujuan umum**

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku konsumsi dan kaitannya dengan status gizi anak sekolah dasar di Kota Serang.

### **Tujuan khusus**

1. Menganalisis perilaku konsumsi siswa sekolah dasar menurut kebiasaan-kebiasaan dalam mengkonsumsi jumlah dan jenis pangan
2. Mengidentifikasi jenis dan jumlah makanan yang banyak dikonsumsi siswa SD di kota Serang
3. Mengukur status gizi anak sekolah
4. Menganalisis hubungan perilaku konsumsi pangan terhadap status gizi anak sekolah
5. Mengidentifikasi faktor-faktor yang memiliki keeratan yang kuat terhadap status gizi siswa

## **Manfaat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang perilaku konsumsi anak sekolah dasar di Kota Serang. Disamping itu, dari hasil penelitian ini diperoleh data tentang jumlah dan jenis makanan dan minuman jajanan yang biasa dikonsumsi siswa SD di kota Serang dan bagaimana tingkat kesukaan mereka terhadap makanan tersebut. Hasil analisis juga diarahkan untuk menentukan faktor-faktor dominan apa saja terkait perilaku konsumsi anak sekolah yang memiliki keeratan paling besar terhadap status gizi anak sekolah, yang pada

akhirnya akan memperbanyak referensi terkait perilaku konsumsi makanan anak sekolah yang dapat dijadikan rekomendasi untuk meningkatkan status gizi anak sekolah dasar dan generasi yang berkualitas.

UNIVERSITAS TERBUKA



## TINJAUAN PUSTAKA

Setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Hal ini sesuai dengan Hak Anak sebagai Hak Asasi pasal 28B ayat 2 (Myers, 1992 dan Sentika, 2005).

Gizi yang buruk menyebabkan nilai sosial dan ekonomi tinggi, dan akan tetap membuat lingkaran setan antara kemiskinan dan kurang gizi, yaitu secara langsung kehilangan produktivitas kerja karena keadaan fisik yang buruk dan kehilangan yang disebabkan oleh adanya penyakit dan kurang gizi; secara tak langsung karena perkembangan kognitif yang buruk dan sering absen selama sekolah; serta karena meningkatnya biaya pemeliharaan kesehatan. Secara ekonomi biaya untuk menanggulangi masalah gizi sangat tinggi yang mencapai beberapa milyar dolar per tahun yang berarti kehilangan GDP.

Perbaikan gizi merupakan sebuah investasi karena memberi sumbangan yang sangat berarti pada produktivitas kerja, pembangunan ekonomi dan penurunan angka kemiskinan melalui peningkatan kapasitas kerja secara fisik, perkembangan kognitif, prestasi sekolah, dan keadaan kesehatan dengan menurunnya angka kesakitan dan kematian (WHO, 2006).

Peristiwa tumbuh-kembang pada anak meliputi seluruh proses kejadian sejak terjadi pembuahan sampai masa dewasa. Ciri tumbuh-kembang yang utama adalah bahwa pada periode tertentu terdapat adanya masa percepatan atau masa perlambatan, serta laju tumbuh kembang yang berlainan diantara organ tubuh. Istilah tumbuh-kembang sebetulnya mencakup dua peristiwa yang sifatnya berbeda, tetapi saling berkaitan dan sulit dipisahkan, yaitu pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu. Perkembangan lebih menitik beratkan aspek perubahan bentuk atau fungsi pematangan organ ataupun individu, termasuk perubahan aspek sosial atau emosional akibat pengaruh lingkungan. Dengan demikian proses pertumbuhan mempunyai dampak terhadap aspek fisik, sedangkan proses perkembangan berkaitan dengan fungsi pematangan intelektual dan emosional organ atau individu. Secara garis besar,

tumbuh-kembang dibedakan 3 jenis yaitu : tumbuh-kembang fisik, intelektual dan emosional (Markum, 1991).

Tumbuh kembang fisik meliputi perubahan dalam ukuran besar dan fungsi organisme atau individu. Perubahan ini bervariasi dari fungsi tingkat molekuler yang sederhana seperti aktivasi, sampai pada proses metabolisme yang kompleks dan perubahan bentuk fisis pada masa pubertas dan remaja. Tingkat tercapainya potensi biologik seseorang merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yang dapat diklasifikasikan menurut faktor genetik, lingkungan dan perilaku. Tumbuh kembang intelektual berkaitan dengan kepandaian berkomunikasi dan kemampuan menangani materi yang bersifat abstrak dan simbolik, seperti berbicara, bermain, berhitung atau membaca. Sementara proses tumbuh kembang emosional bergantung pada kemampuan bayi untuk membentuk ikatan batin, kemampuan untuk bercinta dan berkasih sayang, kemampuan untuk mengelola rangsangan agresif. Berbagai kaitan emosional antara anak dan bayi tersebut akan berkembang dan meluas ke lingkungan keluarga lain dan akhirnya ke masyarakat luas (Markum, 1991).

#### **Penilaian status gizi**

Status gizi seseorang dapat diukur secara langsung melalui pengukuran antropometri, pemeriksaan klinis dan laboratorium, sedangkan secara tidak langsung antara lain melalui survei konsumsi. Antropometri gizi adalah pengukuran variasi dimensi fisik dan komposisi tubuh pada umur dan keadaan gizi yang berbeda. Pengukuran ini telah lama dikenal sebagai indikator sederhana untuk menilai status gizi perseorangan ataupun perkelompok /masyarakat, karena relatif murah dan mudah untuk digunakan dalam berbagai kegiatan dan program gizi di Indonesia. Namun perlu dicermati bahwa dalam antropometri gizi diperlukan ketrampilan (tenaga), peralatan dan keterangan untuk pelaksanaannya.

Terdapat dua ukuran antropometri yaitu (1) ukuran massa jaringan (berat badan, tebal lemak bawah kulit dan lingkar lengan atas) yang menggambarkan keadaan gizi saat ini serta bersifat sensitif (cepat berubah dan mudah naik-turun); dan (2) ukuran linier (tinggi badan, lingkar kepala, lingkar dada) yang dapat menggambarkan riwayat masa lalu serta bersifat spesifik (ukuran tetap atau naik



dan perubahan relatif lambat). Pengukuran tinggi badan (TB) dilakukan dengan berdiri (bagi anak yang sudah dapat berdiri tegak atau orang dewasa), atau tidur (panjang badan bagi bayi atau anak yang belum dapat berdiri tegak). Bagi usia lanjut yang tidak dapat berdiri tegak karena ada kelainan tulang belakang maka pengukuran TB dapat dilakukan melalui pengukuran tinggi lutut atau panjang depa, kemudian dihitung berdasarkan formula/rumus tertentu.

Indeks berat badan menurut umur (BB/U) sensitif terhadap perubahan status gizi jangka pendek dan dapat mendeteksi adanya kegemukan serta mudah dimengerti oleh masyarakat. Namun penggunaan indeks BB/U memerlukan data usia yang tepat dan akurat sesuai dengan tanggal kelahirannya, dan bila anak mengalami *udema*, maka akan sulit menggunakan indeks BB/U ini, karena berat badan akuratnya menjadi sulit diukur.

Indeks berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) merupakan indikator *kekurusan (wasting)*, tidak terikat usia serta dapat menggambarkan status gizi masa kini dan lampau. Kelemahan indeks BB/TB adalah kurang menggambarkan yang sebenarnya (pendek, cukup tinggi atau sangat tinggi). Indeks tinggi badan menurut umur (TB/U) merupakan indikator pertumbuhan yang dapat menggambarkan status gizi masa lampau (indikator *stunting*) yang biasa berkaitan dengan masalah sosial ekonomi. Indeks TB/U relatif kurang peka terhadap perubahan jangka pendek dan bergantung pada ketelitian umur.

Indeks tersebut diatas biasa digunakan untuk menilai status gizi anak-anak.

### Survei Konsumsi

Survei konsumsi bertujuan untuk mengidentifikasi kelebihan atau kekurangan diet yang merupakan pengukuran status gizi 'tidak langsung'. Dikatakan tidak langsung karena tidak dapat menunjukkan keadaan gizi (ukuran tubuh) 'lebih' atau 'kurang' pada saat ini meskipun hasil survei konsumsi mendapatkan asupan energi yang cukup ataupun tidak cukup. Survei konsumsi hanya dapat mengetahui *input* dan *output* zat gizi saja.

Survei konsumsi dapat dilakukan pada individu, keluarga atau institusi seperti panti asuhan, asrama, dan lain-lain. Data yang diperoleh dapat berupa data kuantitatif (antara lain. melalui metode *food recall* 24-jam) atau berupa data



kualitatif (metode *food frequency questionnaire*/FFQ) untuk mengetahui pola makannya (frekuensi makan dan jenis bahan makanan).

UNIVERSITAS TERBUKA

## METODOLOGI

### Desain, lokasi dan waktu pelaksanaan

Penelitian dilakukan di Kota Serang, pada dua lokasi yaitu SDN Bhayangkari dan SDN Sempu I. Desain yang digunakan adalah *cross sectional design*. Pengumpulan data dilakukan pada bulan September – November 2011.

Lokasi penelitian dipilih secara purposif, berdasarkan arahan dari UPT Dinas Pendidikan Kota Serang. Kedua sekolah terpilih cukup representatif mewakili Kota Serang, berdasarkan lokasi dan keberagaman siswanya.

### Teknik penarikan contoh

Besarnya jumlah contoh di setiap lokasi penelitian ditentukan berdasarkan rumus perhitungan jumlah contoh minimum untuk penelitian *cross sectional* dan juga dengan mempertimbangkan proporsi anak sekolah yang tergolong pendek saat masuk usia sekolah dasar, yang jumlahnya sekitar 36.1% (Seafast 2008). Rumus perhitungan jumlah responden adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{Z_{(1-\alpha/2)}^2 P(1-P)}{d^2}$$

Keterangan :

$$Z_{(1-\alpha/2)} = 1,96$$

P = proporsi anak sekolah yang tergolong pendek saat masuk usia sekolah dasar, yang jumlahnya sekitar 36.1% (Seafast 2008).

d = presisi absolut yang diinginkan (0, 1)

Dengan rumus di atas didapatkan jumlah responden minimal adalah 45 orang. Untuk mengantisipasi kehilangan data akibat *drop out* serta dengan mempertimbangkan kemudahan berkomunikasi pada siswa sekolah dasar, maka jumlah contoh diambil sebanyak 50 orang setiap lokasi dan siswa yang dijadikan contoh adalah siswa sekolah dasar yang telah duduk di bangku kelas IV sampai dengan kelas VI, dengan jumlah masing - masing 15 orang anak kelas IV dan kelas V, serta 20 orang anak kelas VI. Penetapan siswa kelas IV, V dan VI sebagai responden disebabkan karena kelompok ini sudah bisa memberikan respon yang

lebih baik untuk setiap pertanyaan yang diajukan dibandingkan dengan kelas yang lebih rendah dibawahnya. Sehingga, keseluruhan jumlah contoh dalam penelitian ini sebesar 100 orang siswa.

### **Jenis dan cara pengumpulan data**

Data yang dikumpulkan mencakup data primer dan data sekunder. Data primer mencakup (1) karakteristik anak SD terdiri atas umur, kelas, besarnya uang jajan, dan juga data-data hasil pengukuran langsung terhadap siswa (pengukuran antropometri: BB, TB), dan data-data yang dikumpulkan melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner. Sedangkan data sekunder, merupakan data – data pendukung yang diperoleh melalui instansi yang terlibat dalam kegiatan penelitian.

Data perilaku konsumsi siswa dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner melalui wawancara. Perilaku konsumsi ditentukan berdasarkan beberapa kebiasaan konsumsi siswa yaitu (1) frekuensi makan (kali/hari), (2) frekuensi sarapan (kali/minggu), (3) frekuensi minum (gelas/hari), (4) frekuensi minum susu (kali/minggu), (5) frekuensi sari buah (kali/minggu) dan (6) frekuensi jajan (kali/hari). Selain itu juga dikumpulkan jenis dan jumlah konsumsi pangan jajanan siswa.

Status gizi siswa diukur berdasarkan ukuran antropometri siswa. Hasil pengukuran berat dan tinggi badan siswa kemudian dientry kedalam software AnthroPlus 2007 yang dikembangkan WHO untuk mengukur status gizi anak usia 5-19 tahun. Dengan menggunakan perangkat tersebut, siswa sudah langsung bisa dikategorikan kepada kelompok status gizinya. Kategori status gizi siswa berdasarkan IMT/U menurut klassifikasi WHO 2007 adalah sebagai berikut :

1. Sangat kurus ( $IMT/U \leq -3SD$ )
2. kurus ( $IMT/U \leq -2SD$ )
3. normal ( $-2SD \leq IMT/U \leq +1SD$ )
4. overweight ( $IMT/U \geq +1SD$ )
5. obesitas ( $IMT/U > +2SD$ )



## Pengolahan data dan analisis statistik

### Pengolahan Data

Data yang telah dikumpulkan di lapang secara bertahap diolah sampai data tersebut siap untuk dianalisis. Hasil pengumpulan data di lapang kemudian diedit (*editing*), diberi kode (*coding*) dan kemudian dimasukkan kedalam komputer (*entry*). Data yang telah *dientry* kemudian dikoreksi ulang dan selanjutnya dilakukan pembersihan data (*cleaning*) dengan cara melihat distribusi frekuensi dari setiap peubah yang akan dianalisis. Jika terdapat kesalahan pada saat *entry*, maka dilakukan pengecekan ulang untuk memastikan data yang *dientry* sudah benar dan siap untuk dianalisis lebih lanjut.

### Analisis statistik

Analisis data secara statistik dilakukan baik secara deskriptif maupun uji *bivariat* serta uji regresi linear untuk menganalisis hubungan antar peubah dan kuatnya hubungan antar peubah bebas dengan *outcome* (status gizi). Software yang digunakan untuk menganalisis data adalah program SPSS v 17 dan juga program AnthroPlus WHO 2007. Uji hubungan antar peubah dilakukan dengan menggunakan uji korelasi pearson, sedangkan uji keeratan hubungan antar peubah yang berkaitan dan menentukan status gizi dilakukan dengan uji regresi linear berganda.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik siswa dan keluarga

#### Karakteristik siswa

Dari keseluruhan siswa yang berjumlah 100 orang, persentase siswa laki-laki lebih besar (55.0%) dibanding siswa perempuan (45.0%). Sebaran siswa kelas 5 dan kelas 6 sama-sama sebesar 34% sedangkan siswa kelas 4 sebanyak 32%.

Tabel 1. Karakteristik siswa menurut jenis kelamin dan kelas

<i>Peubah</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Jenis kelamin		
- laki – laki	55	55.0
- perempuan	45	45.0
Duduk di kelas		
- empat	32	32.0
- lima	34	34.0
- enam	34	34.0

Sebaran siswa menurut besar uang saku dan pemanfaatannya sebagai uang jajan untuk membeli makanan dan minuman disajikan dalam Tabel 2.

Tabel 2. Sebaran siswa berdasarkan besar uang saku dan uang jajan

<i>Peubah</i>	<i>Laki-laki mean ± SD</i>	<i>Perempuan mean ± SD</i>	<i>Total mean ± SD</i>
Besar uang saku	3.927 ± 1.762	4.111 ± 2.080	4.010 ± 1.904
Besar uang jajan makanan dan minuman	3.163 ± 1.118	2.966 ± 1.383	3.075 ± 1.241

Uang saku maksimum yang diberikan orang tua kepada siswa sebesar Rp. 10.000,- dan paling kecil sebesar Rp. 1.000. Besarnya uang saku yang diberi orang tua perharinya (*mean±SD*) rata-rata sebesar Rp. 4.010.00 ± 1.904.25. Uang saku siswa perempuan lebih besar dibandingkan uang saku siswa laki-laki. Dari uang saku tersebut, yang dimanfaatkan untuk jajan makanan dan minuman rata-rata (*mean±SD*) sebesar Rp. 3.075.00 ± 1.241.89. Namun, alokasi uang untuk jajan siswa laki-laki lebih besar dibandingkan dengan siswa perempuan.

Sepulang sekolah, sebagian besar siswa (57%) memilih bermain dan tidak mengikuti les tambahan atau mengisi waktu siang dengan kegiatan lain seperti sekolah agama (MDA ataupun TPA). Sebaran siswa berdasarkan kegiatan yang umum dilakukan sepulang sekolah disajikan dalam Tabel 3.

Tabel 3. Sebaran siswa berdasarkan kegiatan sepulang sekolah

<i>Peubah</i>	<i>n</i>	<i>(%)</i>
Kegiatan siswa sepulang sekolah		
- tidur siang	42	42.0
- bermain	57	57.0
- les tambahan	8	8.0
- sekolah agama (MDA/TPA)	29	21.0
Kebiasaan berolah raga dalam seminggu		
- satu kali	84	84.0
- dua kali	10	10.0
- tiga kali	5	5.0
- empat kali	1	1.0

Sebagian besar siswa (84%) hanya melakukan olah raga satu kali dalam seminggu, sesuai dengan jadwal pelajaran di sekolah. Hanya 6% siswa (6 orang) yang berolah raga minimal 3 kali seminggu.

### Karakteristik keluarga

#### Pekerjaan orang tua

Berdasarkan jenis pekerjaan yang ditekuni orang tua siswa, sebanyak 30% bekerja sebagai wiraswasta dan sebagai karyawan swasta sebanyak 18%. Namun, ada juga ayah dari siswa yang tidak bekerja (4%) dan ada juga siswa yang sudah tidak memiliki ayah (2%).

Sebagian besar ibu siswa berperan sebagai ibu rumah tangga (66%). Sedangkan dari kelompok ibu yang bekerja, sebanyak 9% dari mereka bekerja sebagai wiraswasta, seperti halnya ayah. Sebaran pekerjaan orang tua disajikan dalam Tabel 4.



Tabel 4. Sebaran pekerjaan orang tua siswa

<i>Peubah</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Jenis pekerjaan ayah		
- PNS	4	4.0
- Polisi/TNI/ABRI	12	12.0
- Guru/dosen	5	5.0
- Karyawan swasta	18	18.0
- Wiraswasta	30	30.0
- Buruh	17	17.0
- Sopir	8	8.0
- Tidak bekerja	4	4.0
- Lainnya	2	2.0
Jenis pekerjaan ibu		
- PNS	2	2.0
- Polisi/TNI/ABRI	1	1.0
- Guru/dosen	5	5.0
- Wiraswasta	9	9.0
- Tenaga Kerja Wanita (TKW)	5	5.0
- Buruh	3	3.0
- Ibu rumah tangga	66	66.0
- Bidan	2	2.0
- Lainnya	7	7.0

Sejumlah ibu siswa SD di Serang ini juga ada yang ikut bekerja membantu usaha suaminya (7%) dan ada juga yang bekerja sebagai Tenaga Kerja Wanita ke luar negeri.

#### Perilaku konsumsi pangan

Perilaku konsumsi pangan siswa diukur dengan mengamati kebiasaan konsumsi yang mencakup frekuensi makan dalam sehari, frekuensi sarapan dalam seminggu, jumlah konsumsi cairan (air minum) setiap harinya, frekuensi minum susu dan sari buah (jus) dalam seminggu serta frekuensi jajan siswa dalam sehari. Siswa SD rata-rata makan (nasi dan lauk pauk, *mean*±*SD*) 2.81±0.63 kali. Kebiasaan sarapan setiap harinya cukup tinggi, mencapai rata-rata (*mean*±*SD*) 6.05±1.84 hari dalam seminggu. Sebaran kebiasaan konsumsi pangan siswa disajikan dalam Tabel 5.

Konsumsi air minum siswa juga cukup, rata-rata siswa minum (*mean*±*SD*) 6.20±2.71 gelas setiap harinya. Konsumsi susu dan minuman sari buah (jus) rata-rata siswa perminggunya berturut-turut (*mean*±*SD*) 2.82±3.15 dan 1.60±1.60.

Sedangkan kebiasaan konsumsi jajanan siswa rata-rata sebesar ( $mean \pm SD$ )  $2.98 \pm 1.50$  kali setiap hari.

Tabel 5. Sebaran siswa menurut kebiasaan konsumsi pangan

<i>Peubah</i>	<i>Laki-laki</i>	<i>Perempuan</i>	<i>Total</i>
	<i>mean <math>\pm</math> SD</i>	<i>mean <math>\pm</math> SD</i>	<i>mean <math>\pm</math> SD</i>
Frekuensi makan (kali/hari)	$2.75 \pm 0.73$	$2.89 \pm 0.49$	$2.81 \pm 0.63$
Frekuensi sarapan (kali/minggu)	$6.00 \pm 1.90$	$6.11 \pm 1.80$	$6.05 \pm 1.84$
Frekuensi minum (gelas/hari)	$5.84 \pm 2.93$	$6.64 \pm 2.38$	$6.20 \pm 2.71$
Frekuensi minum susu (kali/minggu)	$2.56 \pm 3.29$	$3.13 \pm 2.97$	$2.82 \pm 3.15$
Frekuensi sari buah (kali/minggu)	$1.29 \pm 1.27$	$1.98 \pm 1.78$	$1.60 \pm 1.60$
Frekuensi jajan (kali/hari)	$3.05 \pm 1.58$	$2.89 \pm 1.51$	$2.98 \pm 1.50$

Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, rata-rata kebiasaan makan perhari, sarapan perminggu, minum dan minum susu perminggu serta konsumsi sari buah siswa perempuan lebih tinggi dari siswa laki-laki, namun dalam hal keseringan jajan perhari, siswa laki-laki lebih sering dibandingkan siswa perempuan.

Selain terbiasa sarapan sebelum berangkat ke sekolah, siswa juga terbiasa membawa bekal makanan dan juga minuman ke sekolah. Sebaran frekuensi serta jenis makanan dan minuman yang biasa dibawa siswa sebagai bekal ke sekolah disajikan dalam Tabel 6 dan 7.

Tabel 6. Sebaran siswa menurut kebiasaan membawa makanan dan minuman ke sekolah

<i>Peubah</i>	<i>Laki-laki</i>	<i>Perempuan</i>	<i>Total</i>
	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>
Biasa membawa bekal makanan ke sekolah	9 (16.4)	16 (35.6)	25 (25.0)
Biasa membawa minuman ke sekolah	23 (41.8)	31 (68.9)	54 (54.0)

Persentase siswa perempuan yang biasa membawa bekal makanan dan minuman ke sekolah lebih besar dibandingkan dengan siswa laki-laki.

Tabel 7. Sebaran siswa berdasarkan jenis makanan dan minuman yang biasa dibawa ke sekolah

<i>Peubah</i>	<i>Laki-laki</i> <i>n (%)</i>	<i>Perempuan</i> <i>n (%)</i>	<i>Total</i> <i>n (%)</i>
Jenis makanan yang biasa di bawa ke sekolah			
- nasi dan lauknya (termasuk nasi uduk, nasi goreng)	5 (9.1)	11 (24.4)	16 (16.0)
- roti	4 (7.3)	3 (6.7)	7 (7.0)
- mie (termasuk mie instan)	1 (1.8)	3 (6.7)	4 (4.0)
- kue-kue	1 (1.8)	4 (8.9)	5 (5.0)
Jenis minuman yang biasa di bawa ke sekolah			
- air putih (termasuk air mineral)	22(40.0)	30(66.7)	52 (52.0)
- teh manis	1 (1.8)	1 (2.2)	2 (2.0)
- susu	0(0.0)	1 (2.2)	1 (1.0)
- lainnya (termasuk minuman bersoda)	1 (1.8)	0 (0.0)	1(1.0)

Jenis makanan dan minuman yang biasa dibawa siswa ke sekolah tidak banyak variasinya. Namun, satu orang siswa bisa bervariasi membawa bekal ke sekolah, berganti-ganti menu dalam seminggu. Sedangkan jenis minuman yang dibawa siswa ke sekolah, hanya didominasi oleh air putih (termasuk air mineral dalam kemasan), hanya sedikit sekali siswa yang membawa jenis minuman lainnya seperti teh manis dan susu ke sekolah.

#### Tingkat kesukaan siswa terhadap makanan dan minuman jajanan

##### Jenis dan frekuensi makanan dan minuman jajanan

Tingkat kesukaan atau preferensi siswa terhadap makanan dan minuman jajanan diukur dengan menggunakan *recall* satu minggu sebelumnya. Terdapat perbedaan antar siswa laki-laki dan perempuan. Sebaran siswa menurut tingkat kesukaan terhadap makanan jajanan dan minuman jajanan disajikan berturut-turut dalam Tabel 8 - 9.



Tabel 8. Sebaran siswa berdasarkan kesukaan terhadap makanan jajanan hasil olahan industri pangan

No	Jenis makanan jajanan	Laki-laki		Perempuan		Total	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
1	Cookies	20	36.4	24	53.3	44	44.0
2	Biskuit	51	92.7	42	93.3	93	93.0
3	Crackers	16	29.1	25	55.6	41	41.0
4	Wafer	51	92.7	41	91.1	92	92.0
5	Cokelat batangan	39	70.9	32	71.1	71	71.0
6	Chiki / Chitato	44	80.0	44	97.8	88	88.0
7	Kacang	36	65.5	31	68.9	67	67.0
8	Sosis	50	90.9	37	82.2	87	87.0
9	Nugget	35	63.6	36	80.0	71	71.0
10	Roti	54	98.2	44	97.8	98	98.0
11	Roti kering	12	21.8	16	35.6	28	28.0

Dari beberapa jenis makanan jajanan siswa, hampir keseluruhan siswa (98%) mengkonsumsi jajanan roti dalam seminggu. Jenis jajanan lain yang juga banyak dikonsumsi siswa adalah biskuit (93%), wafer (92%) dan chiki/chitato (88%).

Tabel 9. Sebaran siswa berdasarkan kesukaan terhadap minuman jajanan

No	Jenis minuman jajanan	Laki-laki		Perempuan		Total	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
1	Teh kemasan	48	87.3	38	84.4	86	86.0
2	Minuman berkarbonasi	36	65.5	37	82.2	73	73.0
3	Minuman berion	31	56.4	33	73.3	64	64.0
4	Susu cair kemasan	33	60.0	33	73.3	66	66.0
5	Susu kental manis	40	72.7	32	71.1	72	72.0
6	Susu bantal	33	60.0	31	68.9	64	64.0
7	Susu bubuk	28	50.9	27	60.0	55	55.0
8	Susu fermentasi	20	36.4	24	53.3	44	44.0
9	Air putih kemasan	47	85.5	41	91.1	88	88.0
10	Jus/sari buah kemasan	25	45.5	29	64.4	54	54.0
11	Jus/sari buah tanpa kemasan	39	70.9	34	75.6	73	73.0
12	Es buah / es campur	34	61.8	36	80.0	70	70.0
13	Sop buah	30	54.5	28	62.2	58	58.0
14	Es krim	54	98.2	42	93.3	96	96.0

Dari kelompok minuman jajanan siswa, sebagian besar siswa (96%) lebih sering mengkonsumsi es krim dibandingkan dengan beberapa pilihan jajanan

minuman lainnya. Air minum dalam kemasan menjadi pilihan selanjutnya, air putih kemasan dikonsumsi sebesar 88% dan disusul oleh the kemasan (86%)

### Status gizi

Status gizi merupakan ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variable tertentu (Supriasa 2002). Status gizi adalah kondisi status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan nutrient (Beck 1993). Status gizi siswa diukur secara langsung dengan menggunakan metode pengukuran antropometri. Rata-rata berat badan siswa laki-laki lebih besar dibandingkan siswa perempuan. Demikian juga dengan rata-rata tinggi badannya. Indeks massa tubuh yang merupakan indikator status gizi juga tidak berbeda antara siswa laki-laki dan perempuan, rata-rata semuanya berada pada interval sebaran normal.

Tabel 10. Sebaran siswa berdasarkan hasil pengukuran antropometri

Peubah	Laki-laki	Perempuan	Total
	mean $\pm$ SD	mean $\pm$ SD	mean $\pm$ SD
Berat badan (kg)	34.20 $\pm$ 10.28	31.78 $\pm$ 8.84	33.11 $\pm$ 9.69
Tinggi badan (cm)	137.75 $\pm$ 7.51	134.89 $\pm$ 9.18	136.47 $\pm$ 8.38
Indeks Massa Tubuh	17.77 $\pm$ 4.04	17.26 $\pm$ 3.57	17.54 $\pm$ 3.83
IMT/U	-0.11 $\pm$ 1.76	-0.35 $\pm$ 1.40	-0.22 $\pm$ 1.60

Pengukuran status gizi yang dilakukan dengan menggunakan software yang dikembangkan oleh WHO, yaitu anthroPlus, merupakan alat bantu ukur yang sangat praktis dan lebih akurat. Karena dalam pengukuran status gizi, faktor usia yang akurat sangat penting. Perangkat tersebut secara otomatis akan mengkategorikan siswa yang diukur kedalam pengelompokan status gizinya menurut IMT/U. Sebaran siswa berdasarkan kategori status gizinya disajikan dalam Table 11.

Tabel 11. Sebaran siswa berdasarkan pengelompokan status gizi

Peubah	Laki-laki	Perempuan	Total
	n (%)	n (%)	n (%)
Kategori status gizi siswa (IMT/U)			
- sangat kurus (IMT/U $\leq$ -3SD)	2 (3.6)	1 (2.2)	3 (3.0)
- kurus (IMT/U $\leq$ -2SD)	4 (7.3)	2 (4.4)	6 (6.0)
- normal (-2SD $\leq$ IMT/U $\leq$ +1SD)	35 (63.6)	35 (77.8)	70 (70.0)
- overweight (IMT/U $\geq$ +1 SD)	8 (14.5)	5 (11.1)	13 (13.0)
- obesitas (IMT/U $>$ +2 SD)	6 (10.9)	2 (4.4)	8 (8.0)



Sebagian besar siswa (70%) termasuk dalam kategori status gizi normal. Siswa yang berisiko mengalami gizi lebih yang ditandai dengan mulai mengalami kelebihan berat badan (*overweight*) lebih besar persentasenya dibandingkan dengan siswa yang kurus. Hasil uji lanjut dengan menganalisis korelasi bivariat antara komponen perilaku konsumsi siswa dengan status gizinya, menunjukkan bahwa peubah frekuensi sarapan siswa berkorelasi positif sangat nyata terhadap status gizi ( $r=0.07$ ), dan tidak demikian halnya dengan komponen perilaku konsumsi lainnya. Korelasi bivariat antara perilaku konsumsi dengan status gizi siswa disajikan dalam Tabel 12.

Tabel 12. Hubungan perilaku konsumsi siswa dengan status gizi

Status gizi	<i>r</i>	<i>sig.</i>
Komponen perilaku konsumsi siswa		
- Frekuensi makan (kali/hari)	-0.11	0.275
- Frekuensi sarapan (kali/minggu)	-0.26*	0.007
- Frekuensi minum (gelas/hari)	-0.13	0.193
- Frekuensi minum susu (kali/minggu)	-0.09	0.336
- Frekuensi sari buah (kali/minggu)	-0.12	0.244
- Frekuensi jajan (kali/hari)	-0.07	0.945

Dari beberapa komponen perilaku konsumsi siswa ternyata kebiasaan sarapan setiap hari yang diakumulasikan dalam minggu memiliki hubungan yang sangat nyata dengan status gizi siswa. Untuk menganalisis kekuatan hubungan tersebut dilakukan uji regresi linier berganda terhadap komponen perilaku konsumsi terhadap status gizi siswa.

Tabel 13. Analisis regresi linier berganda terhadap komponen perilaku konsumsi yang berhubungan dengan status gizi siswa

Peubah bebas	<i>B</i>	<i>sig.</i>
- Konstanta	19.51	0.011
- Frekuensi makan (kali/hari)	-1.25	0.562
- Frekuensi sarapan (kali/minggu)	-1.73	0.017
- Frekuensi minum (gelas/hari)	-0.47	0.356
- Frekuensi minum susu (kali/minggu)	-0.16	0.707
- Frekuensi sari buah (kali/minggu)	-0.26	0.773
- Frekuensi jajan (kali/hari)	-0.24	0.793



Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor perilaku konsumsi yang sangat erat hubungannya dengan status gizi siswa adalah frekuensi sarapan (kali/minggu), dengan  $r = 0.31$ . Hal ini menjelaskan bahwa status gizi siswa sekolah dasar 31% berhubungan erat dengan kebiasaan sarapan dan sisanya sebesar 69% lagi ditentukan oleh faktor lain.

UNIVERSITAS TERBUKA

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Sebagian besar (70%) siswa Sekolah Dasar di Kota Serang masuk dalam kategori status gizi normal. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok status gizi siswa laki-laki dan siswa perempuan
2. Siswa dengan kategori status gizi lebih, termasuk yang overweight dan obesitas lebih besar persentasenya (berturut turut 13.0% dan 8.0%), dibandingkan dengan siswa yang termasuk kategori status gizi kurang (kurus 6% dan sangat kurus 3%).
3. Pemanfaatan uang saku untuk uang jajan siswa laki-laki lebih besar dibandingkan dengan siswa perempuan.
4. Kebiasaan membawa bekal makanan dan minuman ke sekolah lebih banyak dilakukan oleh siswa perempuan dibandingkan siswa laki-laki, dimana persentase perempuan yang biasa membawa makanan dan minuman ke sekolah berturut-turut sebesar 35,6% dan 68.9%, sedangkan laki-laki masing-masing 16.4% dan 41.8%.
5. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa dari keseluruhan peubah yang diamati keterkaitannya dengan status gizi siswa, kebiasaan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah berkorelasi positif sangat nyata dengan status gizi siswa. Kebiasaan sarapan pagi menjadi salah satu perilaku konsumsi yang sangat erat hubungannya dengan status gizi dan member kontribusi sebesar 31%.

### Saran

1. Kebiasaan sarapan pagi memberi pengaruh positif terhadap status gizi siswa SD di Kota Serang. Untuk itu, perlu ditekankan kepada guru agar selalu mengingatkan kepada siswanya untuk membiasakan sarapan sebelum berangkat ke sekolah.
2. Usia sekolah dasar merupakan usia yang tidak rawan gizi karena pada usia ini berbagai program perbaikan gizi dapat disosialisasikan dan dilaksanakan.

Namun, perlu perhatian terhadap jenis dan jumlah jajanan yang biasa dikonsumsi anak sekolah, karena sebagian besar jajanan yang beredar dipasaran mengandung kandungan energi yang sangat tinggi, baik dari jenis makanan maupun minumannya. Hal ini perlu diperhatikan mengingat persentase siswa yang termasuk kategori gizi lebi (overweight dan obesitas) lebih besar dibandingkan dengan siswa yang gizi kurang (kurus dan sangat kurus).

3. Perlu kajian dan analisis secara spesifik terhadap asupan gizi siswa, sehingga dapat diketahui zat gizi mana yang paling besar kontribusinya terhadap status gizi siswa sekolah dasar.

UNIVERSITAS TERBUKA



## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, HM. 2008. Peranan gizi dan pola asuh dalam meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak. [www.whandi.net](http://www.whandi.net).
- Bagian Gizi RSCM dan PERSAGI. 2002. Penuntun Diet. Jakarta, Gramedia Pustaka Utama.
- Dahrul Syah 2008. Optimalisasi sumberdaya lokal untuk peningkatan kualitas sumberdaya manusia (SDM). Dalam Prosiding Focus Group Discussion. Kenaikan Harga BBM dan pencapaian MDG's: Eksplorasi opsi dari sudut pandang pangan, gizi dan kualitas sumberdaya manusia. SEAFast Center, IPB. Bogor.
- Depkes RI. 2004. Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) : mewujudkan keluarga cerdas dan mandiri. Jakarta, Depkes.
- Gibson, Rosalin S. 2005. Principle of Nutritional Assessment, 2nd OXFORD University Press.
- Hadi, H. 2005. Beban ganda masalah dan implikasinya terhadap kebijakan pembangunan kesehatan nasional. [www.gizi.net](http://www.gizi.net).
- Hardinsyah. 2007. Inovasi Gizi dan Pengembangan Modal Sosial. IPB Juni 2007.
- Markum, A.H. dkk. 1991. Ilmu Kesehatan Anak : Buku Ajar jilid 1. Jakarta: Bagian Ilmu Kesehatan Anak – FKUI.
- Myers Robert. 1992. The twelve who survive. Strengthening Programmes of Early Childhood Development the Third World. outledge in co-operation with UNESCO for CGECCD. London and New York.
- Seafast 2008. Prosiding Focus Group Discussion. Kenaikan Harga BBM dan pencapaian MDG's: Eksplorasi opsi dari sudut pandang pangan, gizi dan kualitas sumberdaya manusia. SEAFast Center, IPB. Bogor.
- Sentika R, 2005. Tumbuh Kembang Anak, Faktor-faktor yang mempengaruhi, deteksi dini dan stimulasi dini anak. Makalah pada Temu Orang tua murid sekolah Tirta Maria, Jakarta 2 April 2005.
- Soetjiningsih. 1995. TUMBUH KEMBANG ANAK (Editor: IG.N.Gde Ranuh). Jakarta: EGC
- WHO. 2005. WHO Child Growth Standards : Methods and Development. [www.who.int/childgrowth](http://www.who.int/childgrowth).
- World Bank. 2006. Repositioning Nutrition as Central to development: A Strategy for Large Scale Action. The World Bank, Washington D.C. 2006.